THE RECOVERY KERNEL

Guida rapida per il facilitatore

Tutto ciò di cui hai bisogno per eseguire il Kernel. In un unico posto. Nell'ordine giusto.

Cos'è questa guida?

Il Recovery Kernel è un sistema completo — un libro principale, un formato di incontro, un rituale di introduzione, una libreria di attività, un modulo di psicodramma, copioni per drammaturghi e una guida ai termini. Questa Guida Rapida è il singolo documento che li collega tutti. Ti dice cosa è ogni file, quando usarlo, come si collegano i pezzi e come condurre il tuo primo incontro senza preparazione precedente.

Non è necessario leggere tutti i file prima del primo incontro. Avete bisogno di questa guida e dello script del formato dell'incontro. Il resto si svilupperà man mano che il vostro gruppo si svilupperà.

Sezione 1

A chi è e a chi non è destinato questo sistema

La versione dei materiali della riunione — leggi questo prima della tua prima sessione

Questo Sistema è per gruppi in cui:

- I partecipanti hanno provato approcci di recupero convenzionali e li hanno trovati inadeguati — non perché non si fossero impegnati, ma perché il quadro non si adattava alla loro biologia o alla loro esperienza
- Esiste un significativo scetticismo nei confronti dei modelli tradizionali dei 12 passi, dell'inquadramento religioso o dei formati basati su testimonianze — questo sistema non richiede nessuno di questi.
- I partecipanti includono persone con bassa alfabetizzazione, vocabolario di recupero minimo o nessuna esperienza di gruppo precedente — il formato dell'incontro è progettato in modo che la piena partecipazione richieda zero capacità di lettura.
- Il facilitatore desidera un quadro che dia priorità alla biologia, che riduca lo stigma e che possa evolvere con un gruppo dalla crisi all'integrazione nel corso di mesi o anni.
- Il gruppo include Warriors (ad alta intensità, vulnerabili agli stimolanti), Worriers (a rischio ansia, vulnerabili ai depressanti), e individui carenti di MTHFR — il sistema è progettato per servire tutti e tre contemporaneamente
- La riduzione del danno è un obiettivo accettabile ed esplicito — questo sistema serve le persone che continuano a usare così come le persone in recupero.

Questo Sistema NON È la Risorsa Primaria Corretta Quando:

- Un partecipante è in ritiro medico acuto da alcol o benzodiazepine — questa è un'emergenza medica; il formato di incontro non può sostituire la supervisione medica; rivolgersi prima alle cure di emergenza.
- Un partecipante sta sperimentando psicosi attiva o grave instabilità psichiatrica — stabilizzare prima di introdurre la profondità del sistema.
- Il gruppo non ha ancora stabilito un minimo di fiducia — il modulo di psicodramma e le testimonianze di scambio di ruoli richiedono almeno 4–6 sessioni di costruzione di fiducia preliminare; il formato della riunione principale e la libreria di attività possono iniziare dal primo giorno.
- Il facilitatore è anche in crisi acuta — il ruolo di facilitatore richiede di sostenere il contenitore; se non puoi sostenere il contenitore stasera, chiedi a qualcun altro di facilitare o condurre una sessione più leggera.
- Lo spazio fisico è genuinamente insicuro — alcune attività richiedono movimento; il modulo di psicodramma richiede sicurezza emotiva; valuta lo spazio prima di impegnarti in una sessione completa.

Una nota sul ruolo del facilitatore

Non è necessario un titolo clinico per facilitare una riunione Kernel. Hai bisogno di: familiarità con questa guida e lo script del formato della riunione; la capacità di gestire il tempo senza rigidità; la disponibilità ad essere onesti riguardo alla propria esperienza quando ciò serve al gruppo; e il giudizio per riconoscere quando qualcosa deve smettere.

Il facilitatore non ripara le persone. Il facilitatore crea le condizioni in cui le persone possono sperimentare qualcosa che le muove. È un lavoro diverso — ed è disponibile per chiunque comprenda la differenza.

Se sei in recupero tu stesso e gestisci questo gruppo: la tua esperienza è una risorsa, non un conflitto di interessi. Il Kernel è stato costruito da qualcuno in recupero per persone in recupero. Questa conoscenza vissuta fa parte di ciò che lo fa funzionare.

Sezione 2

Legenda dei Livelli di Evidenza

Come interpretare il livello di confidenza delle affermazioni in questo sistema

Il libro principale del Kernel utilizza un sistema di evidenza a cinque livelli per tutte le affermazioni terapeutiche. I materiali della riunione fanno riferimento a protocolli di quel libro. Quando un facilitatore presenta un protocollo, questa legenda si applica alle affermazioni contenute in esso. I partecipanti che desiderano comprendere la base di evidenza di ciò che stanno ascoltando possono fare riferimento al libro principale — questa legenda indica come leggere ciò che trovano lì.

Stabilito	Forte consenso derivante da più studi randomizzati controllati e linee guida cliniche. Quando questo livello viene citato, l'affermazione è supportata da enti come la FDA, CPIC o importanti associazioni mediche. Esempi nel Kernel: stato CYP2D6 e controindicazione alla codeina; rischio di convulsioni da astinenza da alcol e benzodiazepine; aumento di BDNF dovuto all'esercizio.
probabile	Prove consistenti da studi osservazionali e ricerca meccanicistica, con supporto da studi randomizzati parziale, ma non completo. Il meccanismo è ben compreso; il beneficio clinico è costantemente osservato. Esempi: metilfolato per le varianti MTHFR; magnesio per il supporto COMT; NAC per la riduzione del desiderio. Procedere con questi con monitoraggio.
EMERGENTE	Studi promettenti di fase iniziale, meccanismi plausibili, segnali coerenti — ma non ancora confermati da grandi studi controllati. Esempi: ceppi probiotici specifici per l'umore; ossitocina per il supporto nel ritiro; alcune affermazioni sull'esercizio epigenetico. Vale la pena esplorare, specialmente quando le opzioni di livello inferiore sono state inadeguate.
Esperienza Autore/Sistema	Modelli osservati nel recupero dell'autore e nelle comunità di recupero che utilizzano questo quadro. Non dati in senso scientifico — osservazione informata che vale un test personale sotto supervisione appropriata. Mantenuto con maggiore incertezza rispetto ai livelli precedenti.
CONTROVERSIALE / MISTO	Dibattito attivo nella letteratura. Gli studi indicano direzioni diverse. Presentare questi punti a un clinico come domande, non come conclusioni.

Come Usano Questo i Facilitatori

Quando introduci un protocollo in una riunione, non devi recitare i livelli di evidenza. Devi sapere approssimativamente dove si collocano le affermazioni in modo da poter rispondere onestamente se qualcuno chiede 'è provato?' La risposta onesta per la maggior parte dei protocolli supplementari è 'Probabile — evidenze coerenti, non ancora confermate da grandi studi, vale la pena provare con monitoraggio.' Per le affermazioni farmacogenomiche fondamentali (CYP2D6, codeina, astinenza da alcol), la risposta onesta è 'Stabilito — questo è nell'etichettatura FDA.

Se qualcuno mette in discussione un'affermazione in una riunione, è una cosa positiva, non una minaccia. Significa che sta partecipando in modo critico. Rispondi con il livello: 'È un'ottima domanda. Le prove su questa specifica affermazione sono Emergenti — ci sono segnali precoci ma non ci sono ancora grandi studi. Il libro principale ha i riferimenti se vuoi approfondire.'

Sezione 3

Linguaggio Aggiornato — Il Rituale di Chiusura e le Sezioni di Sicurezza

La revisione finale delle frasi dichiarative

Perché è importante

Il revisore ha segnalato una frase specifica: 'La biologia può essere compresa' come vicina a un territorio di canto di affermazione — efficace per la coesione di gruppo ma potenzialmente dogmatico nel registro. La correzione è piccola: aggiungere 'meglio di quanto ci è stato detto' alla prima riga. Questo riconosce che la comprensione è in corso e incompleta, il che è sia più accurato che più onesto — e in realtà più potente per le persone che sono state deluse da sistemi che affermavano di avere tutto il risposte.

3.1

Rituale di chiusura aggiornato

Sostituire la versione nel Formato Riunione con questo

IL RITUALE DI CHIUSURA — VERSIONE AGGIORNATA

FACILITATORE: La biologia può essere compresa meglio di quanto ci sia stato detto.
TUTTI: La biologia può essere compresa meglio di quanto ci è stato detto.
FACILITATORE: Lo schema può essere cambiato.
TUTTI: Lo schema può essere cambiato.
FACILITATORE: Il lavoro è reale e il lavoro vale la pena di essere fatto.
OGNI UNO: Il lavoro è reale e il lavoro vale la pena di essere fatto.
TUTTI: Tornate.

Perché questo cambiamento funziona meglio

'La biologia può essere compresa' dichiarato come un fatto ha il suono di una verità compiuta — il che mina la posizione epistemica fondamentale del Kernel. 'Meglio di quello che ci è stato detto' fa due cose: riconosce che la comprensione è in corso (più accurato), e nomina il fallimento che ha portato la maggior parte delle persone al Kernel in primo luogo — gli è stato detto qualcosa di sbagliato, o nulla affatto. Quel nome è sia più onesto che Più legame. Il gruppo non sta concordando che tutto sia ora conoscibile. Stanno concordando di sapere più di quanto gli sia stato dato — cosa che è sempre vera e sempre degna di essere detta.

3.2

Linguaggio di Sicurezza del Psicodramma Aggiornato

Aggiungi questa checklist di prontezza al Modulo di Psicodramma.

LISTA DI CONTROLLO DI PRONTEZZA PER LO PSICODRAMMA — Eseguire Prima di Qualsiasi Sessione di Psicodramma

Il revisore ha notato che il modulo di psicodramma necessita di un controllo di prontezza più chiaro prima del contenuto ad alta attivazione. Aggiungere questo all'inizio di ogni sessione di psicodramma:

- ✓ Questo gruppo si è riunito almeno 4-6 volte prima di questa sessione? (Il Bust e lo Scambio di Ruolo richiedono fiducia stabilita — non eseguire questi nel primo mese)
- ✓ Il facilitatore conosce il livello di stabilità attuale di ogni partecipante? (A chiunque sia in crisi acuta, lutto recente o instabilità medica dovrebbe essere offerta l'opzione di osservare piuttosto che partecipare)
- ✓ La parola ANCHOR è stabilita e compresa da tutti nella stanza? (Dillo prima che la sessione inizi: 'La parola è ANCHOR. Se qualcuno la dice, tutto si ferma immediatamente. Niente domande. Respiriamo. Ci facciamo un check-in. Poi decidiamo insieme se continuare.')
- ✓ C'è una persona di supporto designata — non il facilitatore — disponibile per stare con chiunque abbia bisogno di radicamento? (Il facilitatore non può gestire la scena e accudire una persona in difficoltà allo stesso tempo)
- ✓ Il facilitatore ha letto l'intero modulo, incluse le sezioni di sicurezza, prima di questa sessione? (Non solo lo script — l'intero modulo)
- ✓ La sessione terminerà con l'Enactment di Guarigione (Modulo 5)? (Non negoziabile — il gruppo deve completare l'arco dal dolore alla riparazione prima di chiudere)

Se non è possibile confermare nessuno di questi: tenere invece un incontro standard con la libreria di attività. Il contenuto di psicodramma sarà più efficace — e più sicuro — quando le condizioni sono giuste.

3.3

Sostituzione Linguistica — Controllo Finale

Applicare queste sostituzioni a tutti i materiali delle riunioni

Sostituisci questa frase	Con questa versione aggiornata
La biologia può essere compresa.	La biologia può essere compresa meglio di quanto ci sia stato detto.

Il fondamento biologico senza il quale gli interventi comportamentali non possono sostenere.	Un fondamento biologico di alta priorità che rende il lavoro comportamentale significativamente più efficace per molte persone
Non facoltativo	Alta priorità — da discutere con il tuo clinico
Questo funzionerà	Questo è associato a un miglioramento significativo per molte persone con questo profilo — la risposta individuale varia.
Devi fare X	Fortemente raccomandato — le prove supportano di dare priorità a questo
Il modello può essere cambiato.	Il modello può essere cambiato. (Mantenere così — questo è accurato e appropriatamente diretto)
Torna.	Tornare. (Mantenere così — questa è la nota giusta con cui concludere)

Sezione 4

La Mappa Completa dei File

Ogni documento nel sistema Kernel — cosa è, quando usarlo

Il sistema Recovery Kernel è composto da nove documenti. Questa sezione descrive tutti loro — cosa contiene ciascuno, quando usarlo e come si collega agli altri.

Recovery_Kernel_COMPLETE.docx

COSA È: Il libro principale completo — Edizione Centurione. Biologia della dipendenza, architettura genetica, MTHFR/COMT/CYP450, casi studio forensi, riduzione dei danni, protocollo ossitocina, playground epigenetico, tabelle di riferimento clinico, framework di integrazione AI.

QUANDO USARE: Il testo fondamentale. I partecipanti lo leggono man mano che approfondiscono. I facilitatori leggono la Parte Uno (Capitoli 1–3) prima di iniziare. La Parte Quattro (Appendice A) è il riferimento clinico che sta dietro ogni riunione di protocollo.

TEMPO DI LETTURA: Lettura a proprio ritmo — non da leggere ad alta voce durante le riunioni

PAGINE: 2.059 paragrafi — libro completo

Recovery Kernel - Sistema di Riunione

COSA È: Quattro documenti in uno: lo script completo della riunione per facilitatori, il Protocol Navigation System (indice dei sintomi + tre percorsi + biblioteca completa dei protocolli), la Carta del Partecipante e il Core Curriculum di 12 incontri.

QUANDO USARE: Ogni riunione regolare. Lo script del facilitatore viene letto direttamente. Il sistema di navigazione viene utilizzato tra le riunioni per assegnare i protocolli. La tessera del partecipante viene stampata e consegnata a ogni nuovo partecipante.

DURATA: 60–90 minuti per incontro

Pagine: 577 paragrafi

Output ONLY the translated text

COSA È: Il formato di presentazione standard completo — quattro frasi per partecipante (nome, tipo, eccitazioni, su cosa sta lavorando), tutte e sei le risposte di gruppo per tipo di cervello, la Carta Tipo per i nuovi partecipanti, quattro esempi pratici, tabella aggiornata del flusso della riunione.

QUANDO USARE: Ogni riunione, ogni partecipante. La Type Card viene stampata e consegnata all'ingresso. I quattro esempi pratici vengono letti dal facilitatore prima della prima sessione per comprendere il formato.

DURATA: Integrato in ogni riunione — 15–20 min del formato standard

PAGINE: 282 paragrafi

Do NOT add content

COSA È: 50 attività in 6 categorie (Alta Energia/Guerriero, Radicamento/Ansia,

Connessione, Attivazione Cerebrale, Sostituzione Dopaminergica, All'aperto). Ognuna con tempo, requisiti di spazio, livello di energia, script 'come fare' e spiegazione del meccanismo neurochimico. Tabella di corrispondenza di riferimento rapido.
QUANDO USARE: Un'attività per incontro — in una transizione tra fasi o come apertura della Fase 3. Il facilitatore legge l'energia della stanza e seleziona di conseguenza utilizzando la tabella di riferimento rapido.
DURATA: 3–20 minuti a seconda dell'attività
Pagine: 262 paragrafi

Output ONLY the translated text

COSA È: Cinque moduli: Rituale Oggetto (talco per bambini / sostituti di sostanze), Simulazione dello Stigma (viso di meth → guarigione), Decostruzione dei Cliché (perdonare e dimenticare / Lettera Scarlatta), The Bust (drama con cast completo con schede di ruolo e quattro scene), Rappresentazione di Guarigione (sempre l'ultima). Programma completo della sessione di 90 minuti.
QUANDO USARE: Al massimo una volta al mese — contenuto ad alta attivazione. Non eseguire The Bust prima di 4–6 incontri regolari di costruzione della fiducia. Terminare sempre con la Rappresentazione di Guarigione. La checklist di prontezza nella Sezione 3 di questa guida deve essere confermata prima di ogni sessione.
DURATA: 90 minuti per l'arco completo — moduli individuali 15–25 minuti ciascuno
Pagine: 354 paragrafi

Output ONLY the translated text

COSA È: La sessione creativa completa: Sezione di Acclamazioni (tre round di pura affermazione), Rituale della Memoria (parole → frase → appartiene a questo incontro), Round di Terapia Musicale, Conversazione Culturale (preferiti, conversazione sulla birra, storia della Coca-Cola, il contesto è importante), Sessione di Drammaturgia (scrivere e/o eseguire), Testimonianza di Scambio di Ruolo (profondità completa, strato di origine), Catena di Assegnazione del Protocollo, Acclamazione di Chiusura. Appendice sui segreti e l'evitamento.
QUANDO USARE: Una volta al mese — il complemento creativo della sessione di psicodramma. Può essere svolto nello stesso mese dello psicodramma per i gruppi che desiderano una profondità completa, o alternato mese dopo mese.
DURATA: 120 minuti
Pagine: 477 paragrafi

Kernel_Playwright_Scripts.docx

COSA È: Sette opere complete di 15 minuti per il blocco di sessioni per drammaturghi: The Last Conversation, The Job Interview, The Museum of Choices, The Party, The Handoff, The Verdict (with the Public Defender who doesn't care), The Letter (substance writes back). Ognuna con schede di personaggi, copione completo, marcatori di battute e domande di debriefing.
QUANDO USARE: Durante il blocco Sessione Playwright della Sessione Creativa. Il facilitatore presenta 2-3 opzioni e il gruppo sceglie. Oppure il facilitatore ne assegna una in base alle esigenze del gruppo per quella sessione.
DURATA: 15 minuti per spettacolo — 20 minuti con preparazione e debriefing
PAGES: 1,003 paragraphs

Guida Facilitatore Kernel.docx [QUESTO DOCUMENTO]

COSA È: La guida rapida unificata: a chi è e a chi non è destinato questo sistema, legenda dei livelli di evidenza, rituale di chiusura e revisione linguistica aggiornati, mappa completa dei file, checklist del primo incontro, piano di implementazione di 12 settimane e indice di riferimento incrociato.

QUANDO USARE: Prima del tuo primo incontro. Tenilo con te durante le prime sessioni. Il piano di lancio di 12 settimane è la sequenza pratica per avviare un nuovo gruppo.

DURATA: Documento di riferimento — non presentare in riunione

PAGINE: Questo documento

Sezione 5

Checklist per il primo incontro

Tutto quello di cui hai bisogno — niente di più.

Prima dell'arrivo delle persone

- Please provide the document (Recovery_Kernel_Meeting_System.docx) so I can read it for you.
- Leggi il documento del Rituale di Introduzione — in particolare i quattro esempi pratici, in modo da poter modellare il formato naturalmente.
- Stampa la Carta del Partecipante — una per ogni partecipante previsto più 5 extra
- Stampa la scheda tipo — una per ogni partecipante previsto più 5 extra
- Avere acqua disponibile — il rituale di apertura lo richiede
- Avere un quaderno e una penna per annotare la frase del Rituale della Memoria e la 'cosa' di ogni persona.
- Scegliere una frase di apertura dalla lista di rotazione nel formato della riunione
- Scegli un'attività dalla Libreria Attività che corrisponda al livello di energia che ti aspetti: Breath Sync per un gruppo probabilmente ansioso, Name Toss per uno probabilmente energico.
- Conosci il numero Telefono Amico: 02 2327 2327 | Telefono Azzurro: 19696 e fallo vedere da qualche parte nella stanza

Le Tre Cose Che Devono Accadere in Ogni Primo Incontro

- Ogni persona nella stanza deve parlare almeno una volta, anche se è solo il proprio nome. Nessuno lascia un primo incontro senza essere stato ascoltato. Il rituale di presentazione garantisce questo se lo si esegue completamente.
- Il rituale di chiusura deve essere pronunciato — anche se la prima volta sembra imbarazzante. Il rituale diventa familiare attraverso la ripetizione. La prima volta è sempre imbarazzante. Fallo lo stesso.
- Almeno una persona deve andarsene con qualcosa di concreto: la Carta Partecipante con il suo 'elemento' scritto sopra, un protocollo che le è stato assegnato, o la Carta Tipo se ha scoperto il suo tipo stasera. Qualcosa di fisico che le appartiene da questo incontro.

Cosa non fare al primo incontro

- Non spiegare la scienza completa di Kernel al primo incontro — questo è lo scopo del libro principale; nell'incontro, pratica; lascia che la comprensione arrivi dall'esperienza.

- Non usare il vocabolario MTHFR, COMT, CYP450 o farmacogenomica fino ad almeno il livello 3 — usa un linguaggio semplice (Warrior, Worrier, depleted supply line) finché il gruppo non chiede i termini tecnici.
- Non eseguire il modulo di psicodramma nel primo incontro — o nel secondo — o nel terzo.
- Non richiedere a nessuno di partecipare ad alcuna attività — assistere è partecipazione completa; l'invito deve essere genuino.
- Non colmare ogni silenzio — il silenzio sta facendo qualcosa; lascialo lavorare.

Sezione 6

Il Piano di Lancio di 12 Settimane

Una sequenza di lancio pratica per un nuovo gruppo

Questo piano prevede incontri settimanali di 60–90 minuti. Adattate i tempi alle esigenze del vostro gruppo — alcuni gruppi procederanno più velocemente con il curriculum del protocollo; altri avranno bisogno di più tempo sugli incontri fondamentali. Il piano è una guida, non uno script.

Settimana	Tipo di riunione	Protocollo / Focus	Nuovi Elementi Introdotti
1	Riunione standard	Protocollo 01 — Triage di Emergenza (il piano)	Formato dell'incontro Rituale di introduzione Carte di tipo Rituale di chiusura Carta del partecipante
2	Riunione standard	Protocollo 17 — Architettura del sonno	Attività: Sincronizzazione del Respiro. Assegnare il Protocollo 18 a un partecipante per la Settimana 3.
3	Riunione standard	Protocollo 18 — Supporto Nutrizionale	Rapporto di rendiconto sulla prima assegnazione del protocollo. Attività: Scuotilo via.
4	Riunione standard	Protocollo 20 — Cartografia del Desiderio	Attività: 30 Cerchi (attivazione cerebrale). Assegnare Protocollo 16 per la Settimana 5.
5	Riunione standard	Protocollo 16 — Algoritmo di Isolamento	Primo tentativo dell'Esercizio Universale (Tre Colonne). Introdurre l'Indice dei Sintomi.
6	Riunione standard	Protocollo 10 — Architettura della Dopamina	Attività: Circuito di Celebrazione. Il gruppo è ora abbastanza stabile per andare più a fondo.
MESE 2 APERTO	Sessione creativa	Terapia Musicale + Rituale di Memoria + Sessione di Drammaturgia (Opzione A — scrivere ed eseguire stessa riunione)	Prima sessione creativa. Iniziare con Il colloquio di lavoro o L'ultima conversazione. Nessun psicodramma per ora.
7	Riunione standard	Protocollo 03 — Architettura Sonora	Attività: Il Ronzio. Suono come medicina — vissuto e poi spiegato.
8	Riunione	Protocollo 07 —	Attività: Gioco degli Opposti. Il cervello si

	standard	Neuroplasticità	riorganizza attraverso la sfida.
9	Riunione standard	Protocollo 22 — Dinamiche del Sistema Familiare	Attività: Movimento speculare. Questo protocollo spesso fa emergere di più.
10	Riunione standard	Protocollo 21 — Forensica delle ricadute	Attività: Spina Narrativa. Analisi senza vergogna.
undici	Riunione standard	Protocollo 25 — Agnosticismo spirituale	Attività: Lavoro parallelo. Creazione di significato senza religione.
MESE 3	Sessione di Psicodramma (prima)	Solo Modulo 1 — Il Rituale dell'Oggetto	Prima sessione di psicodramma. Solo rituale oggetto. Chiudere sempre con l'Inactment di Guarigione. Non tentare The Bust prima del minimo Mese 4.
dodici	Riunione standard — Revisione	Protocollo 06 — Valutazione del Fenotipo	La genetica dietro gli ultimi 11 incontri. Ora capiscono il loro tipo attraverso l'esperienza, non solo la descrizione.

Dopo la settimana 12

Alla fine del ciclo di 12 settimane, il gruppo dovrebbe prendere due decisioni insieme: a quale protocollo tornare (quasi sempre uno o due che hanno generato più energia), e se qualche partecipante è pronto a co-facilitare.

Il curriculum esteso copre le settimane 13–24 con un nuovo set di protocolli (P08, P19, P09, P28, P34, P29, P23, P24, P14, P13, P33, P11). Il modulo di psicodramma può aggiungere un nuovo modulo al mese da questo punto in poi — Modulo 2 (Simulazione dello Stigma) nel Mese 4, Modulo 3 (Decostruzione dei Cliché) nel Mese 5, Modulo 4 (The Bust) nel Mese 6 se il gruppo è pronto.

La Sessione Creativa con Testimonianza di Scambio di Ruolo (profondità completa) è adatta dal terzo mese in poi per i gruppi che hanno stabilito una fiducia genuina.

Sezione 7

Indice di Riferimento Incrociato

Quando un argomento di riunione si collega al libro principale — dove trovarlo

Ogni riunione di protocollo si collega a capitoli specifici del libro principale. Questo indice indica ai partecipanti dove trovare la scienza più profonda dietro ciò che hanno vissuto durante la riunione.

Tema della riunione	Numero di Protocollo	Riferimento principale
Perché la forza di volontà non basta	P01, P06	Parte Uno — Capitolo 1: Perché la forza di volontà non basta
MTHFR — la linea di approvvigionamento	P06, P18	Parte Uno — Capitolo 2: Il Sistema di Approvvigionamento
Guerriero contro l'Ansioso — COMT	P06, P10, P19	Parte Uno — Capitolo 3: Il Sistema di Eliminazione
CYP450 — metabolismo dei farmaci	Pag. 13, Pag. 14	Parte Due — Capitolo 4: Il Sistema di Elaborazione
Ansioso Depleto / Guerriero Sotto-stimolato	P06, P10	Parte Due — Capitolo 5: Quando i Sistemi Collidono
Gli studi di caso forensi	P21	Parte Due — Introduzione alla Parte Due + tutti i fascicoli
Riduzione dei danni + pericoli combinati	P01, P35S	Parte Tre — Capitolo 7: Riduzione del Danno
Ossitocina + asse HPA	P27, P34	Parte Tre — Capitolo 8: Il Protocollo dell'Ossitocina
Corrispondenza dell'attività epigenetica	P19, P29	Parte Tre — Capitolo 9: Il Gioco Epigenetico
Tabelle di interazione dei farmaci	P13, P14, P37	Parte Quattro — Appendice A: Tabelle di Riferimento Clinico
Integrazione dell'IA per il recupero	P43	Parte Quattro — Appendice B: Quadro di Integrazione AI
Livelli di evidenza per qualsiasi protocollo	Qualsiasi	Sezione 2 di questa Guida per Facilitatori + libro principale Legenda dei Livelli di Evidenza

A chi è rivolto questo sistema	Qualsiasi	Sezione 1 di questa Guida per Facilitatori + libro principale sezione Per chi è questo

Il riassunto in una frase dell'intero sistema

Il libro principale spiega PERCHÉ il tuo cervello funziona come fa. Il sistema di incontri ti dà uno spazio per praticare cosa fare al riguardo. I protocolli sono gli interventi specifici, abbinati alla tua specifica biologia. Le attività, il psicodramma, la sessione creativa e i giochi trasformano la pratica in esperienza incarnata. La guida per il facilitatore è la mappa. Il lavoro è tuo.

La biologia può essere compresa meglio di quanto ci sia stato detto.
Lo schema può essere cambiato.
Il lavoro è reale e il lavoro vale la pena di essere fatto.

Torna.

Pubblicato sotto Creative Commons CC0-1.0 — Dominio Pubblico
github.com/JRToken-NGI/recovery-kernel